ARTICHAUTS A LA BRETONNE

12 petits artichauts, 3 grandes cuillerées d'oignon haché, 1 verre d'huile, 1 morceau de beurre, 1/2 litre de bon cidre sec. Cuisson: 1/2 heure environ.

Couper les artichauts en quatre, raccourcir les feuilles, parer, laver, sécher. Mettre l'huile et Le beurre dans un sautoir, laisser chauffer, y jeter les oignons hachés grossièrement. Faire légèrement revenir. Ajouter les artichauts. Faire encore revenir. Arroser avec le cidre. Couvrir. Laisser mijoter.

ARTICHAUTS A LA CLAMART

Utiliser des petits artichauts ou les fonds de gros artichauts. Parer les artichauts et les mettre au fur et à mesure dans un sautoir avec du beurre chaud. Sauter un peu les artichauts en plein feu. Les ranger bien à plat dans le sautoir, la partie rasée en dessous. Couvrir de petits pois fraîchement écossés, ajouter un bouquet garni composé de persil, cerfeuil, thym et laurier, ajouter 4 c à soupe de beurre. Assaisonner de sel et de sucre. Cuire à couvert, au four, à chaleur douce. Retirer le bouquet garni et servir dans le sautoir de cuisson.

ARTICHAUTS A LA DIABLE

Pour 6 personnes: 12 petits artichauts, 100 g de mie de pain, 3 gousses d'ail, 2 c à soupe de câpres, 1 c à soupe de persil, haché, sel, poivre, 1 verre d'huile d'olive.

Parez les artichauts. Faites-les blanchir 10 mn à l'eau bouillante. Egouttez-les, retirez le foin. Mélangez la mie de pain émiettée, l'ail pilé, les câpres et le persil, assaisonnez ce mélange et farcissez les artichauts. Rangez-les dans une cocotte huilée, bien serrés (les fonds en dessous). Arrosez d'huile, assaisonnez et faites cuire au four à découvert, très doucement, pendant 1 h environ en arrosant souvent avec l'huile de cuisson. Les feuilles doivent devenir croustillantes.

ARTICHAUTS A LA GRECQUE

4 artichauts, 1 citron et demi, 1 botte d'oignons, 1,5 dl de vin blanc sec, 5 cl d'huile d'olive, 1 bouquet garni, 1 gros oignon, 15 grains de coriandre, 15 grains de poivre, sel, poivre.

Equeuter les artichauts, les tourner (ôter les feuilles et le foin pour ne garder que les fonds), les citronner aussitôt avec le jus d'un citron et les couper en 6 ou en 8.Faire suer (cuire sans coloration) à l'huile d'olive l'oignon ciselé et les oignons nouveaux. Ajouter les champignons coupés en quatre, bien les enrober d'huile et les citronner aussitôt. Déglacer avec le vin blanc ajouter les grains de poivre et de coriandre le bouquet garni; saler et poivrer puis cuire 25 mn à couvert sur feu doux. Laisser refroidir et saupoudrer de coriandre fraîche hachée.

ARTICHAUTS A LA PARMESANE

Pour 4 personnes: 5 artichauts, 2 citrons, 300 g de mozzarella, 150 g de parmesan râpé, 4 c à soupe de farine, huile d'olive, sel.

Laver et effeuiller les artichauts pour ne garder que les coeurs. Les couper en fines rondelles. Les blanchir 5 mn dans de l'eau bouillante salée. Les égoutter et les mettre dans un saladier avec le jus des citrons et les recouvrir d'eau froide. Laisser 10 mn. Au bout de ce temps, les égoutter, les sécher avec soin, les passer dans la farine et les faire revenir 5 mn de chaque coté dans un peu d'huile d'olive. Puis les laisser égoutter sur du papier absorbant. Couper la mozzarella en tranches fines. Dans un plat allant au four, disposer les rondelles d'artichauts, saler légèrement et saupoudrer de parmesan râpé. Recouvrir de tranches da mozzarella. Continuer en alternant ainsi tous les ingrédients. Terminer par les artichauts et saupoudrer le tout de parmesan. Mettre le plat au four à 200°C pendant 30 à 40 mn. Arrêter la cuisson lorsque le fromage est fondu et que la surface commence à dorer.

ARTICHAUTS A LA ROMAINE

Pour 6 personnes: 12 petits artichauts, 1 bouquet de menthe sauvage, 3 gousses d'ail, 1 verre d'huile d'olive, 1/2 l d'eau, sel, poivre.

Parez les artichauts en retirant les feuilles extérieures. Glissez entre les feuilles les feuilles de menthe hachées et les gousses d'ail pilées. Disposez les artichauts bien serrés dans une cocotte, arrosez d'huile et d'eau, assaisonnez. Couvrez et laissez mijoter 1 h 30 à feu moyen. Pour servir, retirez les artichauts, laissez réduire la cuisson de moitié et versez-la sur les légumes. Servez chaud ou froid. Si vous les servez chauds, vous pouvez les accompagner de croûtons frottés d'ail et frits à l'huile.

ARTICHAUTS A LA SAUCE HOLLANDAISE

Pour 8 personnes. Préparation: 40 mn. Cuisson: 40 mn. 8 artichauts, 500 g d'épinards, 9 oeufs, 4 c de crème fraîche, 200 g de beurre, 80 g d'échalotes, 50 g de gruyère, 1 citron, sel, poivre, vinaigre.

Cuire les artichauts, les effeuiller. ôter le foin et parer les coeurs. A l'aide d'une cuillère, gratter la pulpe des feuilles. Cuire les épinards, les égoutter à fond et les hacher. Emincer les échalotes et les faire revenir dans le tiers du beurre. Mélanger la pulpe retirée des feuilles d'artichauts, les échalotes, la crème, les épinards, le fromage râpé, une cuillerée de jus de citron, saler, poivrer, garnir de ce mélange les fonds d'artichauts et les ranger dans un plat beurré. Passer quelques minutes au four pour réchauffer le tout. Pocher 8 oeufs à l'eau frémissante légèrement vinaigrée. les égoutter. Délayer le jaune du dernier oeuf avec une cuillère d'eau froide, ajouter une demi-cuillerée à café de jus de citron, sel, poivre. Mélanger au bain-marie: quand la sauce commence à prendre, ajouter le reste du beurre par petits fragments sans cesser de remuer. Déposer un oeuf poché sur chaque fond d'artichaut et napper

avec une cuillerée de sauce. La sauce n'est autre qu'une sauce hollandaise. Elle est assez délicate à réussir. On peut la remplacer par une sauce Mornay (béchamel à la crème additionnée de fromage). Si l'on craint qu'au cours du réchauffage, les fonds d'artichauts garnis risquent de se dessécher, on les couvrira d'une feuille d'aluminium ménager.

ARTICHAUTS A L'ETOUFFEE

5 à 6 artichauts pointus, citron, 2 oignons, 100 g de lard, 50 g de beurre, 2 c à soupe d'huile, 4 tomates, 2 dl de vin blanc sec, 1 bouquet garni (persil, thym, laurier), sel, poivre.

Lavez les artichauts, éliminez les feuilles extérieures près de la tige, coupez les autres aux trois quarts de leur hauteur. Coupez ensuite les artichauts en deux ou en quatre, retirez le foin de l'intérieur. Mettez-les au fur et à mesure dans de l'eau citronnée pour qu'ils ne noircissent pas. D'autre part, pelez et hachez les oignons, coupez le lard en lardons, faites-les fondre doucement en cocotte dans le mélange beurre-huile. Pelez les tomates (éventueilement utilisez des tomates en boîte déjà pelées), concassez-les et ajoutez-les dans la cocotte, mouillez de vin blanc, joignez le bouquet garni, assaisonnez. Mettez les artichauts dans cette sauce et laissez cuire doucement à couvert pendant 30 mn environ. Servez bien chaud après avoir retiré le bouquet garni.

ARTICHAUTS A L'ORANAISE

Mettre dans une cocotte 3 verres d'eau froide, quatre cuillerées d'huile d'olive, le jus d'un citron plus un demi citron en tranches, sel et poivre. Couper le bout des feuilles d'artichauts moyens puis les poser debout dans la cocotte. Couvrir. Laisser cuire doucement.

ARTICHAUTS A L'ORIENTALE

Tapissez une cocotte de 1/2 kg de tout petits oignons épluchés. Arrosez de 1/2 verre d'huile d'olive. Coupez à ras les feuilles de 8 artichauts crus plutôt petits. Retirez le foin et disposez-les bien serrés sur les oignons. Salez, poivrez, recouvrez avec une assiette pour tasser les artichauts. Fermez la cocotte et laissez mijoter 1 h. Les oignons doivent très légèrement attacher. Après 3/4 d'heure, ajoutez 3 gousses d'ail hachées avec du persil. Présentez les artichauts avec les oignons. Servez chaud ou froid selon votre goût.

ARTICHAUTS AU CRABE

Pour 6 personnes: 6 gros artichauts, 4 tourteaux de 400 g, 1 sachet de court-bouillon, 1 citron, 1 gousse d'ail, 1 c à soupe d'échalote hachée, 1 c à soupe de ciboulette, 1 c à soupe de persil, 1 pointe de Cayenne, 1 bol de mayonnaise. Garniture: 1/2 poivron rouge, 1/2 poivron vert, 1/2 poivron jaune, 1 bol de vinaigrette, 6 tomates, salade de saison mélangée.

Cuire 40 minutes les artichauts à l'eau bouillante salée. Egoutter, éplucher et ne garder que les fonds. Plonger pendant 15 minutes les tourteaux vivants dans une grande quantité d'eau frémissante agrémentée du court-bouillon. Egoutter, laisser refroidir et décortiquer. Ajouter à la chair des crabes le jus d'un citron, le piment, l'ail écrasé, et la ciboulette, le persil et l'échalote hachés. Préparer une mayonnaise classique avec un jaune d'oeuf, 1/4 de litre d'huile de tournesol, 1 cuillerée de moutarde, 1/2 jus de citron, sel, poivre. Mélanger délicatement à la chair des tourteaux. Remplir les fonds d'artichaut de cet appareil et décorer le dessus de losanges de poivrons de couleurs différentes. Servir les fonds d'artichauts à l'assiette, entourés d'un mélange de feuilles de salade et de quartiers de tomates, assaisonnés au dernier moment de vinaigrette.

ARTICHAUTS AUX CREVETTES

Pour 4 personnes: 4 fonds d'artichauts cuits et refroidis, 200 g de queues de crevettes décortiquées, une tasse à thé de mayonnaise, 4 coquilles, 4 feuilles de laitue.

Coupez les fonds d'artichauts en dés mélangez-les avec les crevettes décortiquées, assaisonnez avec la mayonnaise. Disposez dans les coquilles garnies de feuilles de laitue.

ARTICHAUTS AUX EPINARDS

Faites cuire 4 artichauts 30 mn à l'eau bouillante. Parez-les et retirez le foin. D'autre part, mélangez 750 g d'épinards cuits, égouttés et hachés à 100 g de riz à la créole et à 75 g de gruyère râpé. Remplissez les artichauts de ce mélange, saupoudrez de gruyère et faites gratiner.

ARTICHAUTS AUX LEGUMES FEV

Pour 4 personnes: 12 artichauts poivrade choisis très petits, 1 kg et demi de jeunes fèves, 1 bottillon de petits oignons blancs frais, 1 botte d'asperges vertes, 3 gousses d'ail en chemise, 200 g de jambon cru taillé en une tranche épaisse, 1 citron non traité, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 petite cuillerée à soupe rase de graines de fenouil. Pour la sauce: le jus d'un citron non traité, 1 c à café de citron confit haché, 1 pincée de poivre noir moulu gros.

Dans l'épaisse tranche de jambon, taillez de longs bâtonnets en

conservant le gras attaché (il va fondre à la cuisson - et donc disparaître - mais communiquer son bon goût à la chair en l'aidant à dorer uniformément). Préparez les légumes, écossez les fèves puis ébouillantez-les 20 secondes afin de retirer plus facilement leur seconde peau; nettoyez les oignons blancs en ôtant leurs racines mais en laissant 3 ou 4 cm de leur tige verte; coupez l'extrémité défraîchie des asperges vertes (elles ne s'épluchent pas) et tronçonnez-les en morceaux de 2 cm taillés en biais (laissez, en revanche) les pointes entières même si elles mesurent plus de 2 cm, et ne les mélangez pas aux tronçons d'asperges). Tranchez le bout des feuilles d'artichauts sur 2 ou 3 cm selon leur taille. Otez les petites feuilles attachées à la

queue et les premières à la base de l'artichaut. Avec un économe, épluchez la queue peu à peu jusqu'à atteindre son mince coeur blanc et tendre. Fendez les artichauts en quatre et frottez-en immédiatement l'intérieur avec le citron coupé en deux, (mais ne le pressez pas, son jus sert plus loin dans la recette). Pelez le gros oignon et hachez-le finement à l'aide d'un couteau. Dans une grande poêle ou une sauteuse, faites chauffer l'huile à feu moyen. Ajoutez les bâtonnets de jambon et faites-les dorer de tous côtés pendant 5 mn. Retirez le jambon et tenez-le au chaud entre deux assiettes, l'une, retournée, faisant office de couvercle. Dans la poêle, remplacez le jambon par le hachis d'oignon. Laissez cuire 2 mn en remuant souvent pour que l'oignon fonde sans brunir. Ajoutez les artichauts et 10 cl d'eau. Pressez le citron qui a empêché les artichauts de noircir et versez-le dans la poêle. Laissez cuire 10 mn. Mettez alors les petits oignons et l'ail à cuire, puis 5 mn plus tard les tronçons d'asperges, mais pas les pointes. Remuez sans arrêt pendant 6-7 mn. Ajoutez maintenant les pointes d'asperges. Salez, poivrez, parsemez de graines de fenouil. Mélangez, couvrez et laissez cuire 5 mn à feu doux. Remettez les bâtonnets de jambon, remuez et attendez encore 1 mn. Transvasez les légumes dans le plat de service chauffé. Pour réaliser la courte sauce, déglacez la poêle avec le jus du citron. Dès les premiers bouillons, ajoutez le citron confit finement haché, baissez le feu au maximum et laissez cuire 1 mn. Poivrez bien et versez sur la préparation. Ce délicat assemblage de légumes nouveaux peut se servir en entrée froide ou chaude ou en accompagnement d'un rôti printanier, agneau ou chevreau. S'il vous en reste, utilisez-le pour fourrer des chaussons en pâte brisée qui feront une merveilleuse entrée ou un plat unique accompagné d'une copieuse salade.

ARTICHAUTS AUX NAVETS

Des fonds d'artichauts recouverts d'une mousseline de navets. Excellent avec gigot ou canard rôtis.

ARTICHAUTS AUX OLIVES

Faire cuire 8 artichauts à l'eau, bouillante salée (35 mn). Retirez les fonds. Faites revenir à l'huile 2 oignons émincés, ajoutez 3 tomates pelées et concassées, les fonds d'artichauts, 2 dl de vin blanc sec, 1 gousse d'ail et un bouquet garni. Laissez mijoter 20 mn à couvert. Cinq minutes avant la fin de la cuisson, joignez 8 filets d'anchois et une poignée d'olives.

ARTICHAUTS AUX PETITS POIS

Coupez en deux 4 artichauts pointus et citronnez-les. Faites fondre à l'huile dans une poêle 1 oignon émincé, joignez les artichauts et 1 kg de petits pois écossés. Mouillez de 1 verre d'eau et ajoutez 1 coeur de laitue haché. Assaisonnez, faites cuire 30 mn à feu doux. Cinq minutes avant de servir, ajoutez 200 g de jambon fumé en dés.

ARTICHAUTS BEARNAISE

Pour 4 personnes: 4 gros artichauts. Pour la sauce: 2 c à soupe de vinaigre, 3 de vin blanc sec, 10 g d'échalotes, un peu de cerfeuil, d'estragon, 2 jaunes d'oeufs, 120 g de beurre, du sel, du poivre.

Faites cuire les artichauts. Effeuillez-les. Nappez-les encore chauds de sauce béarnaise: une béarnaise, c'est comme une mayonnaise, mais au lieu de se monter à froid avec de l'huile, elle se monte à tiède avec du beurre. Commencez par préparer la réduction: faites bouillir très doucement échalote, cerfeuil, estragon hachés dans le vinaigre et le vin blanc jusqu'à ce qu'il reste 1 à 2 cuillerées de liquide. Passez en pressant sur les herbes. Laissez refroidir. L'eau du bain-marie sera chaude mais non bouillante. Versez la réduction dans la casserole supérieure. Ajoutez les jaunes d'oeufs. Battez avec un petit fouet à main ou à la rigueur avec une cuillère en bois. Salez. Ajoutez une noix de beurre divisé en morceaux. Placez sur le bain-marie et suivez ces principes: Fouettez sans arrêt. Rajoutez le reste du beurre par petits morceaux mais attendez toujours que le morceau précédent ait été absorbé par la sauce. Mettez à feu très doux: la chaleur qui permet de faire fondre doucement le beurre suffit. Si le bain-marie était trop chaud les jaunes feraient des grumeaux le beurre se liquéfierait et la sauce tournerait. N'hésitez pas à retirer de temps en temps la casserole du feu si vous voyez que le beurre fond un peu trop vite, ou que la sauce a tendance à être moins épaisse. Dès que la sauce est finie, retirez-la du feu et ajoutez cerfeuil et estragon hachés. Pour " rattraper " la sauce en cours de cuisson, ajoutez-y vivement hors du feu une cuillerée d'eau très froide et battez énergiquement jusqu'à ce que la sauce soit redevenue lisse.

ARTICHAUTS FARCIS

4 gros artichauts bretons. Farce: 200 g de jambon cuit, 200 g de champignons de couche, 30 g de beurre, citron, sel, poivre, noix muscade, 1 c à soupe de persil haché, 3 c à soupe de crème fraîche.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée pendant 20 mn. Laissez-les s'égoutter dans une passoire pendant qu'ils tiédissent. Coupez ensuite les feuilles aux 2/3 de leur hauteur puis retirez le foin à l'aide d'une petite cuillère. Les artichauts sont prêt à être farcis. D'autre part, vous aurez préparé la farce: coupez le jambon en petits morceaux, nettoyez les champignons, émincez-les s'ils sont gros, gardez-les entiers s'ils sont petits. Faites revenir rapidement jambon et champignons dans le beurre, arrosez d'un filet de citron, assaisonnez et ajoutez une pointe de muscade ainsi que le persil haché. Quand les champignons sont cuits (10 mn environ), incorporez la crème fraîche. Farcissez Les artichauts de cette préparation et passez 10 mn au four. On peut remplacer la crème fraîche par une sauce béchamel légère, recouvrir les artichauts farcis de fromage râpé et faire gratiner. A la place des dés de jambon, vous pouvez mettre des lardons.

ARTICHAUTS FARCIS

Préparation: 20 mn. Cuisson: 50 mn. Pour 4 personnes: 8 artichauts, 1 citron, 1 feuille de laurier, 5 cl de vin blanc sec, 80 g de parmesan râpé, sel, poivre. Pour la farce: 250 g de boeuf

haché, 1 oeuf, 1 oignon, 1/2 bouquet de persil, 2 brins d'estragon, 2 c à café de chapelure, 1 clou de girofle, 1 pincée d'herbes de Provence, 50 g d'emmental râpé, 2 c à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.

Supprimez les feuilles à la base des artichauts. Avec un couteau raccourcissez la pointe des artichauts de 4 ou 5cm. Versez dans une marmite 3 litres d'eau, le jus du citron et 2 c à soupe de sel. Portez à ébullition. Ajoutez les artichauts et laissez-les cuire 15 a 20 mn. Egouttez-les. Supprimez les feuilles du centre et éliminez le foin. Chauffez 2 c à soupe d'huile dans une poêle. Ajoutez l'oignon finement émincé et la viande hachée. Salez. Poivrez. Parfumez du clou de girofle et des herbes de Provence. Faites revenir le mélange 5 mn, jusqu'à ce qu'il soit doré, retirez du feu et laissez refroidir. Incorporez l'oeuf, la chapelure, l'emmental, le persil et l'estragon ciselés. Salez et poivrez. Préchauffez le four sur thermostat 6-7 (190 °C). Répartissez la farce dans les artichauts. Parsemez-les de parmesan et disposez-les dans un plat à four beurré. Versez dans le plat le vin blanc, 5 cl d'eau et 2 c à soupe d'huile d'olive. Ajoutez la feuille de laurier, du sel et du poivre. Recouvrez d'aluminium ménager. Enfournez et laissez cuire pendant 20 mn. Découvrez le plat à mi-cuisson et laissez gratiner. Servez chaud ou froid.

ARTICHAUTS FARCIS

Pour 4 personnes: 8 petits artichauts violets, 200 g jambon cuit, 1 jaune d'oeuf, 100 g de gruyère râpé, 50 g de chapelure, 150g lard maigre, 50 g de beurre, persil, thym, laurier, sel, poivre.

Couper les feuilles dures, faire tremper les artichauts après avoir enlevé le foin, dans de l'eau citronnée. Préparer la farce: hacher le lard, le jambon, mélanger avec la chapelure, le fromage râpé, le jaune d'oeuf, le persil, sel, poivre et l'huile nécessaire pour lier l'appareil. Egoutter les artichauts et les farcir. Ranger les artichauts dans une casserole, ajoutez de l'eau, de l'huile, thym, laurier, couvrir et cuire lentement 1 h à four moyen en mouillent de temps à autre avec le liquide de cuisson. Si l'on veut faire gratiner le plat, ôter le couvercle en fin de cuisson;

ARTICHAUTS FARCIS

6 gros artichauts, 2 oignons, 1 citron, 2 gousses d'ail, 100 g de restes de veau, 1 tranche de jambon cuit, 1 verre de vin blanc sec, 1 bol de sauce béchamel, 1 petite poignée de fromage râpé, 2 oeufs, 2 c à soupe d'huile d'olive, 3 petites c de concentré de tomates, sel, poivre, quelques brins de persil.

Laver, nettoyer parer les artichauts, pour ne conserver que les fonds, les frotter avec le jus de citron et les blanchir 10 mn. Faire revenir les oignons finement hachés dans l'huile, ajouter l'ail écrasé, la viande de veau hachée et le vin blanc; saler, poivrer. Faire mijoter doucement pendant 20 mn. Laisser refroidir. Ajouter alors les oeufs battus le fromage râpé, le jambon haché. Remplir les fonds d'artichauts, puis napper avec la béchamel, dans laquelle on aura délayé le concentré de tomate. Faire dorer 10 mn au four.

ARTICHAUTS FARCIS

Pour 4 personnes: 8 artichauts, 100 g de mouton haché, 1 oeuf, 1 gousse d'ail hachée, un petit oignon émincé, 8 olives noires dénoyautées et hachées, 30 g de mie de pain trempée dans le lait et pressée, 1 cuillère de purée de tomate, 4 cuillères d'huile d'olive, le jus d'un citron, sel et poivre.

Nettoyez les artichauts en les débarrassant des feuilles coriaces et recouvrez-les d'eau acidulée au jus de citron. Mélangez la viande hachée avec le pain, l'oeuf battu, l'ail,

l'oignon, les olives et la purée de tomate. Assaisonnez. Allumez le four à 180°C. Egouttez les artichauts et farcissez-les avec le hachis. Placez-les dans un plat huilé et mettez-les 1/2 heure au four en les mouillant de temps en temps d'un peu d'eau. Retirez du four, disposez dans un plat et servez.

ARTICHAUTS FARCIS A LA BARIGOULE

Préparation: 20 mn. Cuisson: 1 heure environ. Pour 5 personnes: 5 artichauts moyens très tendres, une dizaine de feuilles moyennes d'oseille, 2 ou 3 oignons moyens, quelques brindilles de thym, 125 g de lard de poitrine, huile d'olive.

Enlevez la queue de chaque artichaut ainsi que les quelques feuilles flétries ou abîmées. Coupez le haut à peu près au tiers de la hauteur. Lavez soigneusement les artichauts en écartant les feuilles sans les arracher. Placez-les au fond d'une cocotte, bien serrés les uns contre les autres. Salez un peu chaque artichaut et arrosez-le d'une petite cuillerée à café d'huile d'olive. Lavez et essuyez l'oseille, le persil. Epluchez les oignons. Hachez le tout. Incorporez le lard également haché en très petits dés. Ajoutez quelques brindilles de thym effeuillé. Salez. poivrez mais attention au sel à cause de la poitrine salée. Garnissez le centre de chaque artichaut (en écartant les feuilles) avec la farce aux herbes. Placez une noisette de beurre sur chacun. Versez au fond de la cocotte 2 verres d'eau additionnés d'une cuillerée à soupe d huile d'olive. Faites mijoter à feu doux une heure environ. La moitié du jus doit s'évaporer pendant la cuisson, surveillez. La préparation est cuite lorsque la feuille se détache facilement et qu'elle est tendre sous la dent. Servez dans la cocotte. Chacun arrose son artichaut avec un peu du jus de la cocotte.

ARTICHAUTS FARCIS A LA BARIGOULE

Pour 4 personnes. Parez 8 artichauts à feuilles pointues, retirez le foin. Mélangez 200 g de lard, 2 oignons, 2 gousses d'ail, 1 c à soupe de persil (le tout haché), 3 c à soupe de chapelure, sel et poivre. Farcissez les artichauts préparés de ce mélange et entourez-les d'une tranche de lard. Rangez-les dans une cocotte, arrosez d'un filet d'huile et d'un verre d'eau et faites cuire à couvert, à petit feu 45 mn environ en ajoutant au besoin un peu d'eau en cours de cuisson.

ARTICHAUTS FARCIS A LA BARIGOULETTE

4 artichauts, 50 g de beurre, 100 g de poitrine fumée, 1 gros oignon, 2 tomates (ou 1 cuillerée à soupe de tomate concentrée), 1 verre de vin blanc sec, sel, poivre.

Tranchez les artichauts en deux dans le sens de la hauteur. Creusez-les en ôtant les feuilles violettes et le foin que vous détacherez facilement avec un couteau aiguisé. Faites revenir les demi-artichauts dans l'autocuiseur avec 30 g de beurre chaud. Salez et poivrez légèrement. Coupez le lard en dés. Hachez l'oignon. Faites dorer avec un peu de beurre. Ajoutez-Y les tomates en morceaux ou, à défaut, la tomate concentrée. Salez légèrement. Poivrez bien. Emplissez les artichauts de cette farce. Mouillez avec un verre de vin blanc sec. Fermez l'autocuiseur. Laissez cuire doucement 20 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape.

ARTICHAUTS FARCIS A LA CREME DE CERFEUIL

Préparation: 20 mn. Cuisson: 40 mn. Pour 4 personnes: 8 artichauts, 2 citrons jaunes, 1 bottillon de cerfeuil, 200 g de crème fraîche, 2 tranches de jambon blanc, noix muscade, sel, poivre.

Laver et équeuter les artichauts (couper la pointe des feuilles avec des ciseaux pour une meilleure présentation). Avec 1 citron 1/2, couper 8 rondelles, en placer une sous chaque artichaut, maintenir avec une ficelle et les cuire à l'eau bouillante salée pendant 40 minutes; les rafraîchir et bien les égoutter. Tailler le jambon en julienne. Crème de cerfeuil: ébouillanter le cerfeuil, l'égoutter et le mixer, ajouter 120 g de crème fraîche et le jus d'un demi-citron; saler et poivrer. Lorsque les artichauts sont cuits, en conserver 4 entiers dont on retirera les petites feuilles du centre ainsi que le foin. Effeuiller les 4 autres, avec l'aide d'une cuillère, gratter l'extrémité des feuilles et couper le coeur en morceaux; mixer le tout, saler et poivrer, ajouter le reste de crème fraîche. Dans un saladier, mélanger cette purée à la julienne de jambon. Garnir les 4 fonds d'artichauts réservés de cette préparation; décorer de pluches de cerfeuil. Servir la crème de cerfeuil à part en saucière. Avant de laver les artichauts, il est recommandé de casser leur queue d'un coup sec pour enlever les fibres qui se trouvent à la base du coeur. Si l'on veut présenter cette recette en plat unique, déposer un oeuf poché au centre.

ARTICHAUTS FARCIS A LA PROVENCALE

Pour 4 personnes: 4 artichauts, 200 g de jambon cuit, 150 g de champignons de couche, 4 filets d'anchois à l'huile, une poignée de feuilles d'épinards, 30 g de beurre, 1 jaune d'oeuf cru + 2 oeufs durs, sel, poivre, 2 c à soupe de persil haché, une barde de lard, 2 dl de vin blanc.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée pendant 20 mn. Egouttez-les, laissez-les tiédir et parez-les (retirez le foin, coupez quelques feuilles près de la queue et raccourcissez éventuellement les autres). Gardez-les en attente et préparez la farce: coupez le jambon en petits morceaux ainsi que les champignons. Hachez les filets d'anchois et lavez les épinards. Faites fondre la moitié de la matière grasse dans une poêle, jetez-y les anchois et laissez cuire

pendant quelques minutes en les écrasant à la fourchette. Dans une autre poêle, faites chauffer le reste de la matière grasse, mettez-y les épinards à fondre. Quand toute l'eau de végétation s'est évaporée, ajoutez les champignons et le jambon. Laissez cuire pendant une dizaine de minutes, puis joignez les anchois, liez le tout avec le jaune d'oeuf, hors du feu. Assaisonnez et incorporez à cette farce les oeufs durs hachés. Remplissez les artichauts préparés avec ce mélange et rangez-les dans un plat allant au four dans le fond duquel vous aurez disposé une barde de lard. Mouillez de vin blanc, couvrez et faites cuire à four doux pendant 30 mn.

ARTICHAUTS FARCIS A LA TOMATE

Pour 4 personnes: 4 gros artichauts, 5 tomates, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 2 c à soupe d'huile, 2 tranches de jambon cru, 2 c à soupe de persil haché, sel, poivre, chapelure, une noix de beurre.

Faites cuire les artichauts. Egouttez-les, puis prélevez les fonds. Gardez-les en attente. D'autre part, pelez et épépinez 4 tomates, pelez et hachez l'oignon et l'ail. Faites fondre le tout à l'huile très doucement. Ajoutez le jambon haché menu, le persil et l'assaisonnement, laissez épaissir doucement. Rangez les fonds d'artichauts dans un plat allant au four, farcissez-les avec la sauce. Recouvrez chaque fond d'une rondelle de tomate taillée dans la tomate réservée. Saupoudrez de chapelure, parsemez de noisettes de beurre et passez à four chaud 5 mn.

ARTICHAUTS FARCIS A LA VIANDE

Parez 4 gros artichauts, faites-les blanchir 10 mn à l'eau bouillante et retirez le foin. Faites sauter à l'huile 200 g de champignons de couche hachés avec 2 échalotes, 1 gousse d'ail, ajoutez 300 g de chair à saucisse, 1 tasse de mie de pain trempée dans du lait et pressée, assaisonnez. Hors du feu liez avec 1 jaune d'oeuf. Farcissez les artichauts de cette préparation, rangez les dans une casserole, arrosez d'un filet d'huile, mouillez d'un verre de vin blanc sec, ajoutez 2 tomates pelées et concassées, thym et laurier, et faites cuire 1 h au four et à couvert.

ARTICHAUTS FARCIS AU GRATIN

Coupez à ras les feuilles de 4 beaux artichauts cuits. Retirez le foin. Faites dorer à la poêle dans 50 g de beurre, 200 g de champignons, 1 échalote et 2 gousses d'ail, le tout haché. Ajoutez hors du feu une tranche de mie de pain émiettée et imbibée d'un jaune d'oeuf, des fines herbes et une tranche de jambon hachée, sel et poivre. Farcissez les artichauts avec ce mélange. Disposez-les dans un plat à gratin beurré, recouvrez-les de 2 tasses de béchamel additionnées de 150 g de gruyère râpé. Faites gratiner 20 minutes.

ARTICHAUTS FARCIS AU JAMBON

Pour 4 personnes: 4 gros artichauts, 200 g de jambon cuit, 3 échalotes, 100 g de champignons de couche, 50 g de beurre, sel, poivre, 1 dl de vin blanc sec, 50 g de crème fraîche, 1 c à soupe de ciboulette hachée.

Faites cuire les artichauts à grande eau bouillante salée pendant 40 mn. Egouttez-les. Coupez ensuite les feuilles aux deux tiers de leur hauteur et retirez le foin. D'autre part, hachez menu le jambon, les échalotes pelées et les champignons nettoyés. Faites revenir le tout au beurre en remuant de temps en temps. Quand l'eau des champignons est presque évaporée, assaisonnez, mouillez de vin blanc et laissez à nouveau réduire de moitié. Joignez enfin la crème et la ciboulette. Farcissez les artichauts avec cette préparation et passez 10 mn à four chaud.

ARTICHAUTS FARCIS AUX MOULES

Prévoir un bel artichaut par personne couper le haut des feuilles afin de lui donner une forme de couronne. Cuire les artichauts à l'eau bouillante. En fin de cuisson retirer délicatement les feuilles centrales de façon à découvrir le foin que vous enlevez soigneusement. Vous obtenez ainsi une coupe. Maintenez les artichauts en température. Faire ouvrir des moules dans une sauteuse et les séparer de leur coquille. Réservez une part de l'eau de la cuisson que vous ferez réduire en incorporant de la crème double. Rectifiez l'assaisonnement avec un poivre du moulin. Garnissez rapidement l'intérieur de vos artichauts avec les moules et nappez celles-ci avec votre émulsion, cuisson de moules et crème. Servez chaud.

ARTICHAUTS GRATINES

Pour 4 personnes. Préparation: 15 mn. Cuisson: 55 mn. 6 gros artichauts, 3 cuillerées à soupe de crème, 1 cuillerée à soupe de maïzena, 1 cuillerée de lait, 50 g de beurre, 2 oeufs, sel, poivre, 1 tranche de jambon épaisse.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée pendant 40 minutes; égouttez-les; retirez les feuilles et le foin. Ecrasez 2 fonds avec la crème; ajoutez les jaunes d'oeufs, le sel, le poivre, la cuillerée de maïzena délayée dans le lait froid; travaillez bien le tout; ajoutez le jambon coupé en fines lanières. Battez les blancs d'oeufs en neige ferme et incorporez-les au mélange. Faites revenir les 4 fonds qui restent dans le beurre. Remplissez les fonds d'artichauts; saupoudrez-les de gruyère râpé et faites cuire pendant 15 minutes au four.

ARTICHAUTS MORNAY

Pour 4 personnes: 8 petits artichauts, 5 oeufs, 50 g de farine, 100 g de beurre, 50 cl de lait, 150 g de gruyère, 10 cl de crème, sel, poivre. Préparation: 30 mn. Cuisson: 1 h.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée 3/4 h environ, égouttez-les. Faites durcir les oeufs, coupez-les en rondelles. Faites une sauce Mornay avec la farine, la moitié du beurre, le

lait et 100 g de râpé. Enlevez les feuilles et le foin des artichauts, faites rissoler les fonds dans le restant du beurre, coupez-les en 4 et mélangez-lés ainsi que les rondelles d'oeufs durs à la sauce. Assaisonnez et mettez dans un plat à gratin. Saupoudrez avec le reste de râpé et parsemez de quelques petits morceaux de beurre. Faites gratiner.

ARTICHAUTS PAYSANNE

Pour 6 personnes: 6 petits artichauts, jus de citron, 3 pommes de terre, 2 oignons, 150 g de lard maigre, 50 g de beurre, sel, poivre, 3/4 l de bouillon (eau et cube).

Après avoir éliminé les feuilles flétries des artichauts, lavez-les et coupez-les en deux. Retirez le foin à l'aide d'une petite cuillère, arrosez les artichauts de jus de citron. Pelez les pommes de terre, coupez-les en quartiers, pelez et émincez les oignons, coupez le lard en tranches. Faites fondre le beurre dans une cocotte, faites revenir les oignons sans les laisser brunir, joignez les artichauts, les pommes de terre et le lard. Assaisonnez et mouillez de bouillon. Laissez mijoter 40 mn environ, le liquide doit être presque entièrement évaporé.

ARTICHAUTS SOUFFLES

Faites cuire 4 gros artichauts parés à l'eau bouillante salée (40 mn environ). Laissez tiédir, retirez le foin, conservez les feuilles tout autour. Faites une sauce béchamel avec une noix de beurre, 30 g de farine et 1/4 l de lait. Ajoutez 100 g de gruyère râpé, 100 g de jambon en dés, 2 jaunes d'oeufs et les blancs en neige. Remplissez aux 3/4 les artichauts et passez 20 mn au four.

ARTICHAUTS SOUFFLES AUX LANGOUSTINES

Cuisson du coeur d'artichaut: entier dans un blanc ou à l'eau salée et vinaigrée, le sortir juste cuit, et le rafraîchir. Oter les feuilles intérieures, les conserver comme mouillettes, garder une corolle de feuilles. Appareil à soufflé: 30 g de beurre, 30 g de farine, roux classique mouillé à un quart de litre de lait. Quand l'appareil est tiède, y battre 2 à 3 jaunes d'oeufs, et introduire délicatement 3 blancs d'oeufs battus en neige. Introduire dans chaque fond d'artichaut un peu d'appareil; y déposer quelques queues de langoustines, et recouvrir le tout d'appareil. Laisser cuire au four pendant 10 à 12 minutes sur 200°.

ARTICHAUTS SURPRISE

Pour 4 personnes: 4 artichauts, 200 g de viande de veau hachée, 100 g de chair à saucisse de veau, 50 g de pain de mie, 1/2 litre de bouillon de viande, 1 oeuf, 2 c à soupe de fines herbes hachées, sel, poivre, paprika, 50 g de beurre.

Parez les artichauts. Faites-les cuire à l'eau salée 25 mn à couvert. Egouttez-les, laissez-les refroidir. Pendant ce temps, mettez le bouillon à chauffer, versez-le sur le pain émietté. Ajoutez la viande et la chair à saucisse, mélangez bien, incorporez les fines herbes, salez, poivrez, saupoudrez d'une pincée de paprika. Terminez la préparation de cette farce enliant avec l'oeuf battu. Faites cuire à l'étuvée en remuant constamment. Farcissez les artichauts de ce mélange après avoir retiré à chaque coeur les feuilles violettes et le foin. Mettre à four chaud 25 mn après avoir posé un noix de beurre sur chaque artichaut. Vous pouvez éventuellement servir ce plat avec une sauce béchamel.

ARTICHAUTS VIOLETS FARCIS

Préparation: 25 mn. Cuisson: 1 h. Pour 6 personnes: 6 artichauts violets, 200 g de veau, 80 g de lard fumé, 150 g de mie de pain, 1 oeuf, 5 cl de lait, 3 gousses d'ail, 1 bouquet de ciboulette, 3 brins de persil, 1 citron, 4 c d'huile d'olive, sel, poivre.

Rincez soigneusement les artichauts et égouttez-les. Arrachez les queues et coupez le haut des feuilles au tiers de leur hauteur. Ecartez les feuilles et retirez le foin à l'aide d'une cuillère. Plongez les artichauts aussitôt dans un bol d'eau additionnée du jus de citron pour éviter le noircissement des feuilles. Préchauffez le four thermostat 6 (180°). Pendant ce temps, préparez la farce: hachez finement le veau et le lard découenné. Mélangez-les dans une jatte. Rincez la ciboulette et le persil, essorez-les et hachez-les menu. Epluchez les gousses d'ail et pressez-les. Mouillez la mie de pain dans le lait additionne d'eau et pressez-la pour l'essorer. Ajoutez le hachis d'herbes et l'ail pressé dans la jatte contenant la viande et mélangez avec l'oeuf, la mie de pain et 2 c d'huile d'olive. Salez et poivrez. Travaillez la farce à la main ou à la fourchette jusqu'à ce qu'elle soit bien homogène. Egouttez les artichauts. Ecartez les feuilles et remplissez L'intérieur avec la farce. Terminez par un petit dôme de farce. Rangez les artichauts dans un plat à gratin et arrosez-les du reste d'huile d'olive. Versez de l'eau dans le plat à mi-hauteur et mettez à cuire au four pendant 50 a 60 mn selon la grosseur des artichauts. Arrosez-les en cours de cuisson. Servez chaud ou tiède selon votre convenance.

BEIGNETS D'ARTICHAUTS

Pour 6 personnes. Préparation 15 mn. Cuisson. 30 mn. 1 bocal de fonds d'artichauts en conserve, 50 g de beurre, 50 g de farine, 1/2 l de lait, 3 oeufs, sel, poivre, fines herbes, chapelure, huile à friture.

Préparez une béchamel avec le beurre, la farine et le lait; salez; poivrez. Hachez les fines herbes et ajoutez-les. Egouttez les fonds d'artichauts écrasez-les finement en purée. Cassez les oeufs dans un bol. Mélangez dans une terrine la béchamel, la purée d'artichauts et les oeufs; rectifiez l'assaisonnement. Formez de petites boules et roulez-les dans la chapelure. Plongez-les dans la friture. Egouttez-les et servez-les très chaudes.

BEIGNETS DE FONDS D'ARTICHAUTS

Pour 4 personnes: 1 boîte de fonds d'artichauts en conserve, un petit verre d'huile, le jus de 1/2 citron, sel, poivre, 1 c à soupe de persil haché ou des fines herbes. Pâte à frire: 150 g de farine, 1 oeuf, une pincée de sel, 1 dl 1/4 environ de bière blonde.

Egouttez les fonds d'artichauts, coupez-les en quatre. Arrosez-les d'huile et de jus de citron, salez et poivrez. Saupoudrez de persil. Laissez macérer 1 h. D'autre part, préparez la pâte: mélangez la farine avec le jaune d'oeuf et le sel. Ajoutez peu à peu la bière (plus ou moins) de façon à avoir une pâte lisse, un peu plus épaisse que la pâte à crêpes. Laissez reposer 1 h également. Au moment de passer à table, incorporez le blanc d'oeuf battu en neige à la pâte à frire. Trempez rapidement les fonds d'artichauts dans la pâte, puis plongez-les dans la friture chaude. Laissez dorer. Egouttez soigneusement pour servir. Accompagnez d'une salade verte. Vous pouvez faire de la même manière des beignets de salsifis, des beignets de champignons (cuits 10 mn à l'eau) , ou de chou-fleur. Tous ces légumes ayant mariné de la même façon avant d'être plongés dans la pâte à frire.

BOUILLON AUX ARTICHAUTS

1 litre de bouillon, au moins 6 fonds d'artichauts (vous pouvez employer la conserve), 2 jaunes d'oeufs.

Parez complètement vos artichauts (c'est-à-dire que vous enlèverez les feuilles et le foin de manière à n'avoir que le fond). Faites-les cuire à l'eau bouillante salée (environ quinze minutes). Lorsqu'ils sont cuits, vous écrasez finement quatre fonds que vous ajoutez au bouillon. Laissez cuire, à feu doux, une dizaine de minutes. Liez avec les jaunes d'oeufs délayés dans un rien de bouillon tiède et garnissez avec les deux fonds d'artichauts coupés en dés ou en lamelles.

CHAUSSON AUX ARTICHAUTS

Travaillez 400 g de pâte à pain avec 2 c à soupe d'huile (comme pour une pâte à pizza). Emincez 6 fonds d'artichauts (boîte) et faites cuire 300 g de petits pois surgelés à l'eau bouillante salée. Faites revenir dans une poêle 1 oignon haché, 50 g de lard en petits dés et 2 c à soupe de persil haché. Joignez les légumes, assaisonnez et mélangez. Hors du feu, joignez 2 oeufs entiers et 2 c à soupe de fromage râpé. Etalez la pâte en un grand disque. Mettez le mélange de légumes sur la moitié de la pâte, repliez en chausson et soudez les bords. Faites cuire sur la plaque du four beurrée, 30 mn.

FONDS D'ARTICHAUTS A LA CREME

Pour 4 personnes: 8 petits artichauts, 30 g de beurre, 50 g de crème fraîche, 1/2 citron, sel, poivre.

Lavez les artichauts (jeunes de préférence). Tranchez-les en deux. Coupez les feuilles le plus près possible du fond, puis dégagez celui-ci, en ôtant le foin et les feuilles violettes avec un petit couteau aiguisé. Faites chauffer 30 g de beurre dans l'auto-cuiseur. Mettez-y les fonds d'artichauts à revenir. Aspergez-les de jus de citron, pour qu'ils restent blancs, Salez, poivrez. Fermez la cocotte et laissez cuire doucement 12 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape. Ouvrez la cocotte. Ajoutez-y la crème fraîche. Mélangez jusqu'à l'ébullition et servez.

FONDS D'ARTICHAUTS A LA PROVENCALE

4 artichauts, 125 g de riz complet, 5 belles tomates, 200 g de champignons, 1 citron, ail, oignons, thym, laurier, persil, laitue.

Faites cuire les artichauts à l'étouffée sur un lit d'oignons. D'autre part, mettez deux cuillerées d'huile d'olive. Faites revenir les champignons émincées, cinq gousses d'ail, dix oignons, quatre tomates coupées en quartiers. Laissez cuire 10 minutes: ajoutez un verre d'eau, le bouquet garni, faites reprendre l'ébullition et jetez le riz complet en pluie, couvrez, laissez cuire 10 minutes, retirez du feu, laissez gonfler 10 minutes. Les artichauts étant cuits, videz les en réservant à la base les grandes feuilles du bord pour maintenir la farce; détachez la partie comestible que vous ajoutez à la farce; salez ajoutez le jus de citron, garnissez les artichauts, parsemez de persil haché. Servez avec garniture de salade, quelques rondelles de citron cannelé et de tomates.

FONDS D'ARTICHAUTS A LA PROVENCALE

Pour 4 personnes: 12 artichauts, 4 gousses d'ail, 50 g de persil, 1 dl d'huile d'olive, sel, poivre.

Retirer les grosse feuilles et le foin, et cuire les artichauts dans un blanc. Les couper ensuite en quartiers, les faire sauter à la poêle avec sel et poivre dans l'huile d'olive. Ajouter une persillade quelques instants avant de servir.

FONDS D'ARTICHAUTS AU GRATIN

Pour 6 personnes: 7 fonds d'artichauts surgelés, sel, 1 citron, 6 grosses c à soupe de sauce béchamel au fromage, 200 g de jambon cuit.

Jetez les fonds d'artichauts dans de l'eau bouillante salée et additionnée de jus de citron. Laissez cuire 15 mn environ. Egouttez, rangez-les dans un plat allant au four, sauf un que vous écraserez à la fourchette et que vous mélangerez à la sauce au fromage en même temps que le jambon coupé en dés. Remplissez les fonds de cette préparation et faites gratiner à four chaud.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX ASPERGES

Pour 4 personnes: 4 gros artichauts, 1 c à café de sel, poivre, 1 citron, 1 kg d'asperges, 1 oeuf, huile, fines herbes.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée 45 minutes environ: égouttez-les, rafraîchissez-les sous un jet d'eau froide. Levez-en les feuilles, retirez le foin, parez les fonds ainsi obtenus. Faites cuire les asperges à l'eau bouillante salée après les avoir épluchées et parées, 20 minutes environ. Préparez une mayonnaise avec l'oeuf, l'huile, sel, poivre et jus de citron; agrémentez-la de fines herbes hachées. Dressez les asperges tronçonnées sur les fonds d'artichauts et décorez de cordons de mayonnaise.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX CHAMPIGNONS CH

Pour 6 personnes: 12 fonds d'artichauts, 500 g de champignons des prés rosés ou girolles) ou à défaut des champignons de couche, 60 g de beurre, 1/4 de litre de crème fraîche, 2 gousses d'ail, jus de citron. cuisson 30 mn.

Préparez les fonds d'artichauts à cru, parez-les citronnez-les. Passez-les 10 mn à l'eau bouillante, égouttez-les, faites-les étuver au beurre en cocotte. Pendant ce temps, nettoyez les champignons. Faites-les revenir au beurre . Assaisonnez-les d'ail écrasé, puis la crème, laissez bouillir 3 mn à feu vif. Disposez les fonds d'artichauts cuits sur un plat. Recouvrez-les avec les champignons, Servez très chaud.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX OEUFS POCHES

Pour 4 personnes: 4 fonds d'artichauts cuits (ou en conserve ou surgelés), 4 oeufs, 200 g de champignons, 200 g de jambon braisé, 30 g de beurre, 50 g de crème fraîche, sel, poivre, ciboulette.

Mettez les artichauts à cuire à l'eau bouillante salée 25 à 30 mn. Pendant ce temps, lavez les champignons, essuyez-les et coupez-les en dés. Hachez grossièrement le jambon. Dans une poêle, faites fondre le beurre et mettez-y à revenir le hachis de champignons et de jambon. Poivrez. Laissez en attente. Pochez les oeufs dans de l'eau frémissante, salée ou vinaigrée, pendant 3 mn environ. Mettez à égoutter sur du papier absorbant puis gardez les au chaud sur une assiette couverte posée sur une casserole d'eau bouillante. Egouttez les artichauts, effeuillez-les, retirez le foin. Dans la poêle, ajoutez la crème fraîche au hachis, réchauffez jusqu'au premier bouillon. Dans chaque assiette, posez au centre le fond d'artichaut, entourez-le d'environ 1/4 du hachis. Posez l'oeuf poché sur le fond. Saupoudrez de ciboulette haché.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX TOMATES ET AU GRATIN

4 à 8 fonds d'artichauts, 1 jus de citron, 1/2 kg de tomates, 1 c à soupe d'huile d'olive, sel, poivre, 1 pointe de couteau de basilic en poudre, 2 gousses d'ail, 1 pointe de couteau ou une branche de thym, 100 g de fromage râpé, noisette de beurre.

Faites cuire les artichauts dans de l'eau salée additionnée de jus de citron. Décortiquez-les et dégagez les fonds du foin de ce légume. D'autre part, concassez les tomates après les avoir épluchées et épépinées. Déposez-les dans un caquelon avec l'huile d'olive en y incorporant, non seulement l'assaisonnement, mais aussi le basilic, l'ail haché et le thym. Laissez cuire un bon quart d'heure. Garnissez alors les fonds d'artichauts de ce coulis et saupoudrez de fromage râpé et d'une noisette de beurre. Laissez gratiner.

FONDS D'ARTICHAUTS FARCIS

4 artichauts, 4 oeufs, 50 g de crème fraîche, une cuillerée à soupe de fines herbes, une échalote hachée, du sel, du poivre, de la muscade.

Faites cuire les artichauts dans de l'eau bouillante salée, pendant environ une demi-heure. Faites également cuire les oeufs à l'état dur. Effeuillez les artichauts, retirez-en le foin et conservez-en les feuilles que vous pourrez servir à un autre repas avec une vinaigrette. Epluchez les oeufs et hachez-les grossièrement. Ajoutez-y les épices, la crème, les fines herbes et l'échalote hachée. Remplissez les fonds d'artichauts avec cette préparation et servez bien frais.

FONDS D'ARTICHAUTS FARCIS

Pour 4 personnes; 4 artichauts. Farce: 250 g de champignons de Paris, 30 g de beurre, sel, poivre, un filet de citron, 4 c à soupe de sauce Mornay, 100 g de jambon cuit. Pour gratiner: 30 g de gruyère râpe, 30 g de beurre.

Faites cuire les artichauts à la vapeur en auto-cuiseur (10 à 12 mn selon leur grosseur). D'autre part, nettoyez les champignons, émincez-les et faites-les sauter au beurre (6 à 7 mn) avec du sel, du poivre et un filet de citron. Quand les artichauts sont cuits retirez les feuilles et le foin, parez les fonds. Mélangez les champignons cuits, la sauce Mornay et les dés de jambon. Farcissez les fonds avec cette préparation et rangez-les dans un plat à gratin. Saupoudrez de gruyère rapé, parsemez de parcelles de beurre et faites gratiner à four chaud.

FONDS D'ARTICHAUTS FARCIS AU CRABE

Tourner des artichauts crus. Les débarrasser jusqu'à leur base, de toutes les feuilles. Frottez-les fonds avec un demi citron, les faire cuire dans une eau très acidulée au citron. Les fonds d'artichauts cuits, les débarrasser soigneusement du foin. Les faire étuver doucement au beurre. Décortiquer un crabe dormeur préalablement cuit, faire revenir au beurre la chair ainsi

obtenue, flamber au cognac, parfumer au curry, lie avec de la crème. Garnir le fond d'artichaut de cette préparation. Servir en petit plat creux accompagné d'une sauce noilly Sauce noilly: réduction en casserole de noilly, fumet de poisson, additionné d'échalotes hachées. La réduction terminée, passer au chinois fin, ajouter de la crème et laissez-réduire.

FONDS D'ARTICHAUTS FARCIS AUX CREVETTES

8 gros artichauts bretons (ou 8 fonds d'artichauts en boîte), 250 g de grosses crevettes cuites, 25 g de beurre, sel, poivre, 1 c à soupe de cognac, 50 g de crème fraîche, un filet de citron, ciboulette et persil hachés.

Si vous utilisez des artichauts frais, faites-les cuire 40 mn à l'eau bouillante salée ou à la vapeur (12 mn en autocuiseur) Egouttez-les (s'ils sont cuits à l'eau), détachez les feuilles et le foin pour ne garder que les fonds. Si vous utilisez des fonds d'artichauts en boîte, faites-les réchauffer simplement dans leur jus. D'autre part, décortiquez les crevettes, faites-les revenir doucement dans le beurre. Quand elles sont bien dorées, salez, poivrez, arrosez de cognac et flambez. Hors du feu ajoutez la crème fraîche, le filet de citron. Garnissez les fonds d'artichauts de crevettes, nappez de sauce et saupoudrez d'herbes hachées. Servez bien chaud. Quelques suggestions de farces chaudes pour fonds d'artichauts: Epinards à la crème et au fromage (le tout est gratiné). Sauce Mornay épaisse avec champignons et dés de jambon à gratiner également). Jardinière de légumes chaude (pour accompagner une viande). Tranche de jambon cuit et oeuf poché (servir sans attendre).

FONDS D'ARTICHAUTS GRATINES

Faites cuire 4 gros artichauts, retirez feuilles et foin, pour ne garder que les fonds. D'autre part, préparez un bol de sauce béchamel à laquelle vous ajouterez 50 g de gruyère râpé et à volonté, 2 c à soupe de crème fraîche. Remplissez les fonds de cette préparation, saupoudrez de gruyère rapé et faites, gratiner. Vous pouvez ajouter dans la sauce: des dés de jambon, des crevettes ou des petits champignons de couche. Vous pouvez aussi ajouter une poignée d'épinards cuits au beurre dans la sauce.

FONDS D'ARTICHAUTS GRATINES

Pour 6 personnes: 6 beaux artichauts, 4 tranches de jambon de Paris, un bol de béchamel épaisse, 3 c de crème, 150 g de gruyère râpé, sel, poivre, muscade, 80 g de beurre.

Nettoyez les artichauts. Coupez la presque totalité des feuilles en ne laissant qu'un cm environ adhérant au fond. Lavez-les à l'eau citronnée afin qu'ils ne noircissent pas. Faites-les cuire 40 mn à l'eau bouillante salée. Egouttez-les. Hachez finement le jambon (vous pouvez remplacer celui-ci par un reste de blanc de volaille ou même mélanger volaille et jambon). Mélangez jambon, béchamel, crème fraîche et 100 g de gruyère râpé. Travaillez ce mélange sur feu doux. Assaisonnez-le et relevez-le d'un peu de muscade rapée. A l'aide d'une petite cuillère retirez le foin et les petites feuilles dures à l'intérieur des fonds d'artichauts. Emplissez

largement avec la préparation au jambon. Disposez-les dans un plat beurré. Saupoudrez-les avec le reste de gruyère râpé. Arrogez-les de beurre fondu. Faites gratiner 10 mn à four moyen.

FONDS D'ARTICHAUTS SAUCE MORNAY

Pour 4 personnes: 8 gros artichauts (ou 8 fonds d'artichauts en boîte). Sauce Mornay: 40 g de beurre, 30 g de farine, 4 dl de lait, sel, poivre, noix muscade, 150 g de gruyère râpé.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée 45 mn (15 mn en autocuiseur). Egouttez-les, laissez-les refroidir, prélevez les fonds. Coupez-les en quatre et mettez-les dans un plat à gratin. D'autre part, faites un roux blond avec le beurre et la farine, mouillez de lait, faites épaissir sur feu doux en remuant, assaisonnez, joignez le fromage. Versez la sauce sur les artichauts et faites gratiner.

GRATIN DE FONDS D'ARTICHAUTS

Réchauffez 8 fonds d'artichauts au bain-marie. Faites cuire 4 oeufs battus et assaisonnés, additionnés de 2 c à soupe de coulis de tomate dans une casserole beurrée, placée au bain-marie, en remuant. Quand la masse est prise, ajoutez 1 c à soupe de crème fraîche. Farcissez les fonds d'artichauts avec ces oeufs. Nappez de sauce béchamel au fromage et faites gratiner.

MOUSSELINE D'ARTICHAUTS

Comptez environ 10 à 12 petits artichauts aussi verts que tendres pour 3 personnes, 1/4 de litre de crème fraîche.

Vous saurez tourner ces artichauts habilement c'est-à-dire en couper les feuilles pour garder seulement les fonds que vous mettrez à cuire dans un bouillon blanc: de l'eau salée légèrement citronnée, une bonne cuillerée de farine bien délayée. Cette préparation simple a pour seul but d'éviter le noircissement des fonds. Vous les laisserez cuire juste ce qu'il faut. Vous les retirerez en les égouttant bien et vous les passerez au tamis fin. Enfin en remuant vivement cette préparation avec un fouet ou de préférence une spatule en bois vous ajouterez dans votre casserole maintenue au chaud; la crème puis deux bonnes noix de beurre, un verre de madère, du jus de truffes. Vous pourrez ensuite rectifier l'assaisonnement avec sel et poivre blanc du moulin. La consistance de cette préparation doit être onctueuse et bien tenue, sans être liquide, puisqu'il s'agit d'une mousseline.

PATES AUX ARTICHAUTS

Pour 4 personnes: 300 g petits artichauts, 400 g de farine, 1 oeuf, 40 g de gruyère ou parmesan. Pour la sauce: 1 kg de tomates, 6 cl huile, 1 oignon, basilic, sel, poivre.

Cuire les artichauts et les passer en purée. Faire un pâte avec la farine, la purée d'artichauts et l'oeuf, ajoutez encore un peu de farine si nécessaire pour avoir une pâte assez ferme. Laisser reposer 3/4 d'heure. Puis, étaler et couper les pâtes et laisser encore sécher. Faire une sauce sans faire revenir l'oignon. Cuire les pâtes à l'eau salée, verser la sauce et saupoudrer de gruyère.

PAUPIETTES AUX ARTICHAUTS

Faites cuire à l'eau bouillante salée 4 petits artichauts poivrade dont vous aurez éliminé le haut des feuilles. Sur 4 fines escalopes de veau, placez 4 tranches de jambon cuit et 1 artichaut. Roulez en paupiettes et ficelez. Faites-les dorer dans une cocotte avec une noix de beurre et 2 c à soupe d'huile. Mouillez de 2 dl de vin blanc sec, salez, poivrez, joignez un bouquet garni et laissez cuire 40 mn à feu doux.

POTAGE CREME D'ARTICHAUT

Pour 4 personnes: 4 gros artichauts, 40 g de farine, 70 g de beurre, 2 verres de lait, 3/4 de litre de bouillon, persil haché, jus de citron, croûtons de pain, sel, poivre, muscade.

Cuire les artichauts et les immerger dans de l'eau additionnée de citron. Les égoutter et les tremper 10 à 15 mn dans du beurre afin de les imprégner de son goût. Préparer une béchamel avec beurre, farine, lait, sel, poivre, noix muscade. Ajouter les artichauts réduits en purée à la béchamel. Remettre sur le feu 10 mn, verser le bouillon, porter à ébullition et ajoutez le persil finement haché. Servir avec de croûtons et à part du fromage râpé.

RAGOUT AUX ARTICHAUTS

Pour 4 personnes: 6 petits artichauts pointus, 3 oignons nouveaux, 2 poireaux, 30 g de beurre, 1 c à soupe d'huile, 1 grande boîte de tomates pelées, 1 dl de vin blanc sec, 1 dl de bouillon (eau et cube), sel, poivre, 1 gousse d'ail, un bouquet garni.

Coupez les artichauts en quatre, enlevez le foin. Pelez et émincez les oignons, nettoyez et émincez les blancs de poireaux. Mettez tous ces légumes dans une casserole où vous aurez fait chauffer le mélange beurre-huile. Ajoutez tomates, vin, bouillon, assaisonnement, ail pilé et bouquet garni. Couvrez et laissez mijoter 30 mn.

RAGOUT D'ARTICHAUTS NOUVEAUX

Coupez 150 g de lard maigre demi-sel, mettez-les dans une casserole, couvrez d'eau froide, posez sur feu fort et à partir de l'ébullition laissez une minute, puis égouttez. Cassez la queue, coupez le bout de 1 kg d'artichauts nouveaux, donnez leur une forme arrondie et réservez-les dans de l'eau citronnée. Epluchez et coupez la tige de 24 oignons nouveaux, épluchez 6

pommes de terre nouvelles et réservez-les dans l'eau froide. Mettez 3 c à soupe d'huile dans une sauteuse, feu tort, ajoutez les artichauts, les oignons et laissez dorer 5 minutes. Ajoutez alors les lardons égouttés, 3 pincées de sel, poivrez, mélangez, couvrez d'eau à hauteur et glissez les 6 pommes de terre égouttées. A partir de l'ébullition, laissez le feu doux et laissez cuire à découvert jusqu'à évaporation complète de l'eau (environ 30 minutes). Servez le ragoût saupoudré de cerfeuil.

RAGOUT DE CONCARNEAU

Pour 4 personnes: 4 beaux artichauts ou, mieux, 8 petits, 4 petites tranches de jambon de pays, 2 ou 3 carottes, 2 oignons, sel, poivre, 2 gousses d'ail, bouquet garni, persil, thym, laurier, 1 verre de vin blanc sec mais fruité, 1 citron, 1 cuillerée d'huile d'olive.

Parez les artichauts en coupant assez largement le bout de leurs feuilles, tranchez les fonds en quatre, supprimez en Le foin intérieur, passez-les immédiatement au citron et faites-les blanchir 5 minutes à l'eau bouillante salée. Coupez Les tranches de jambon en lanières et disposez-les dans le fond d'une cocotte bien huilée, puis ajoutez les artichauts bien égouttés, les carottes grattées et coupées en rondelles, les oignons pelés et émincés, le bouquet garni, les gousses d'ail pelées et écrasées d'un coup de plat de couteau de cuisine, sel, poivre. Mouillez avec le vin blanc, couvrez et faites cuire 45 minutes à chaleur moyenne. Surveillez le mouillement qui doit être presque complètement évaporé en fin de cuisson.

RATATOUILLE AUX ARTICHAUTS

Parez 4 petits artichauts pointus et coupez-les en quatre; ôtez le foin, citronnez-les, Pelez 3 petits oignons, nettoyez 3 poireaux, pelez 1 kg de tomates, concassez-les. Mettez tous ces légumes dans un mélange beurre-huile chaud. Mouillez de 2 dl de vin blanc sec et de 1 dl de bouillon. Assaisonnez, joignez 1 gousse d'ail et 1 bouquet garni. Laissez mijoter à couvert 30 mn. Servez chaud avec une grillade.

SAUTE D'ARTICHAUTS

Pour 4 personnes: 8 à 10 artichauts moyens, 60 g de beurre, un demi verre de Porto, 1 dl de crème double, 1 c à café de concentré de tomates, sel, poivre, persil.

Nettoyez et parez les artichauts, coupez le haut des feuilles en ne laissant que 2 à 3 cm. Faites-les cuire à l'eau bouillante salée pendant 30 mn environ, les artichauts sont encore bien fermes et pas tout à faits cuits. Retirez-les, égouttez-les écartez la partie restante des feuilles, retirez le foin à l'aide d'une petite cuillère sans abîmer les fonds. Coupez-les en quartiers, faites fondre le beurre dans une cocotte et faites rissoler les fonds d'artichauts dans ce beurre chaud, retournez-les afin qu'ils soient bien dorés, mouillez avec le Porto et ajoutez le concentré de tomates, laissez cuire 8 à 10 minutes. Rectifiez l'assaisonnement. Liez avec la crème. Laissez épaissir 3 minutes à feu vif. Versez dans le plat de service et saupoudrez de persil finement haché.

SOUFFLE D'ARTICHAUTS

Faites cuire 4 gros artichauts à l'eau bouillante salée (+ ou - 40 mn). Egouttez-les, retirez les feuilles et le foin, réduisez les fonds en purée. Faites une sauce béchamel avec 60 g de beurre, 60 g de farine et 3 dl de lait. Assaisonnez, joignez 2 c à soupe de crème fraîche, 50 g de gruyère râpé, la pulpe d'artichauts et 4 jaunes d'oeufs. Incorporez les blancs en neige, versez dans un moule à soufflé beurré. Faites cuire 30 mn à four moyen (180°).

SOUFFLE D'ARTICHAUTS

Faites cuire 4 gros artichauts bretons à l'eau bouillante salée. Réduisez les fonds en purée. Liez cette purée avec 3 jaunes d'oeufs. Ajoutez 100 g de gruyère râpé. Assaisonnez. Au dernier moment, incorporez 3 blancs d'oeufs battus en neige ferme. Versez le mélange dans un moule à soufflé beurré. Faites cuire de 20 à 25 mn à four chaud.

SOUFFLE D'ARTICHAUTS

Réduisez en purée 4 beaux fonds d'artichauts (frais et cuits au préalable ou en conserve). Faites un roux blond avec 60 g de beurre et 60 g de farine, mouillez de 1/4 l de bon bouillon de volaille (éventuellement eau et cube). Laissez épaissir en remuant pendant 10 mn. Assaisonnez (sel, poivre, noix muscade). Ajoutez 50 g de gruyère râpé, 2 c à soupe de crème fraîche et la purée d'artichauts. Incorporez ensuite 3 jaunes d'oeufs et, délicatement, 5 blancs fouettés en neige ferme. Versez dans un moule à soufflé beurré et faites cuire 40 mn à four moyen.

SOUFFLE D'ARTICHAUTS AUX LARDONS

Pour 8 personnes: Blanchir du lard fumé. Le poêler au beurre et égoutter. Prendre 4 fonds d'artichauts, cuits au préalable, les passer au mixeur. Préparer 1/2 décilitre de béchamel normale, un peu de noix de muscade, du sel, du poivre, 5 jaunes d'oeufs, des lardons. Monter les blancs en neige et mélanger le tout à la purée d'artichauts. Mettre au four, dans un moule, cuire environ 20 mn.

TARTE AUX ARTICHAUTS

Faites dorer 20 mn à l'huile 6 fonds d'artichauts coupés en morceaux assaisonnez et mettez les sur un fond de tarte précuit en pâte brisée. Versez par dessus 6 oeufs battus en omelette avec 3 c à soupe de lait sel et poivre. Faites cuire 20 mn à four pré-chauffé.

TARTE RENVERSEE AUX ARTICHAUTS

8 ou 10 fonds d'artichauts en boîte, 3 tranches de jambon (une épaisse et deux fines), 2 oeufs, 100 g de crème fraîche, sel, poivre, noix muscade, 100 g d'emmenthal, 100 g de parmesan, 50 g de beurre, 12 paquet de pâte feuilleté, 1 oeuf pour dorer.

Egouttez les fonds d'artichauts. Hachez l'épaisse tranche de jambon, mélangez ce hachis dans une terrine avec les oeufs battus et la crème fraîche, assaisonnez et ajoutez les trois quarts des fromages mélangés et râpés. Beurrez généreusement un moule à manqué. Mettez dans le fond une couche de fonds d'artichauts, parsemez du reste de jambon haché, recouvrez de crème au fromage et faites une deuxième couche d'artichauts, recouvrez de crème, etc. Parsemez de noisettes de beurre et passez à four chaud pendant 15 mn. Saupoudrez alors avec le reste de fromage et faites gratiner. D'autre part, vous aurez étalé finement au rouleau la pâte feuilletée. Etalez-la sur la préparation en l'enfonçant tout autour. Dorez à l'oeuf battu et faites cuire à four chaud pendant 20 mn. Démoulez, servez froid.

ARTICHAUTS A LA CREME FOUETTEE ET AUX HERBES

Pour 4 personnes: 8 artichauts, 40 cl de crème fleurette, 1 botte de ciboulette et de cerfeuil, 1 cuillerée à soupe rase de moutarde.

Tailler les artichauts en fonds avec un couteau inoxydable. Citronner les fonds, les jeter dans un " blanc " (2 cuillerées de farine mélangées dans une passoire fine à de l'eau froide) de façon qu'ils soient tous recouverts. Couvrir d'un linge et cuire 15 minutes. Egoutter, ôter le foin, Dans un bol bien froid, battre à vitesse moyenne la crème pendant une minute puis à grande vitesse pendant 5 minutes pour la rendre bien ferme. Saler, poivrer. Incorporer délicatement la moutarde et les herbes hachées. Disposer sur les assiettes les fonds d'artichauts tièdes, garnis d'une grosse cuillerée de crème fouettée, et décorer de diverses salades de saison.

ARTICHAUTS A LA GRECQUE

Pour 4 personnes: Parez et citronnez une douzaine petits artichauts poivrade. D'autre part, faites bouillir 1 dl de vin blanc sec avec 1/2 dl d'huile, le jus de 2 citrons, 1/2 l d'eau, 1 grosse c à soupe de graines de coriandre, quelques grains de poivre noir, 1 c à soupe de concentre de tomates, une branchette de thym et une feuille de laurier. Jetez les artichauts dans ce liquide bouillant et laissez cuire 25 mn. Egouttez-les, laissez réduire le jus de cuisson de moitié, versez-le sur les légumes et mettez au frais. Servez le lendemain.

ARTICHAUTS A LA GRECQUE

4 artichauts, 1 citron et demi, 1 botte d'oignons, 1,5 dl de vin blanc sec, 5 cl d'huile d'olive, 1 bouquet garni, 1 gros oignon, 15 grains de coriandre, 15 grains de poivre, sel, poivre.

Equeuter les artichauts, les tourner (ôter les feuilles et le foin pour ne garder que les fonds), les citronner aussitôt avec le jus d'un citron et les couper en 6 ou en 8.Faire suer (cuire sans coloration) à l'huile d'olive l'oignon ciselé et les oignons nouveaux. Ajouter les champignons coupés en quatre, bien les enrober d'huile et les citronner aussitôt. Déglacer avec le vin blanc ajouter les grains de poivre et de coriandre le bouquet garni; saler et poivrer puis cuire 25 mn à couvert sur feu doux. Laisser refroidir et saupoudrer de coriandre fraîche hachée.

ARTICHAUTS A LA GRECQUE

Pour 4 personnes: 8 fonds d'artichauts, 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, le jus d'un demi-citron, un citron, une pincée de coriandre, de thym en poudre, de laurier en poudre, de fenouil en poudre, de sel et de poivre, une tasse d'eau.

Mettez dans une casserole l'huile, le jus de citron, le citron coupé en fines rondelles, une tasse d'eau et les différentes épices. Faites bouillir un quart d'heure et placez-y les fonds d'artichauts coupés en petits morceaux. Prolongez la cuisson un quart d'heure, égouttez, faites réduire la cuisson et versez-la sur les artichauts, Servez frais.

ARTICHAUTS A LA RUSSE

2 fonds d'artichauts par personne, un restant de blanc de poulet (ou de rôti de veau), quelques truffes, mayonnaise au citron, une pincée de paprika, pointes d'asperges (pour la garniture).

Faire cuire les fonds d'artichauts (mais vous pouvez les faire cuire avec les feuilles et récupérer ensuite les fonds) dans une eau additionnée d'un verre de vin blanc sec. Après cuisson, égouttez les artichauts (déparez-les si vous les avez fait cuire en entier). Epongez les fonds. Placez-les sur le plat de service les uns à côté des autres. Faites une mayonnaise bien ferme et mélangez-y ensuite les blancs de poulet émincés, les lamelles de truffes, saupoudrez d'une pincée de paprika. Décorez avec cet appareil les fonds d'artichauts. Pour terminer, pointez une tête d'asperge dans le dôme. Tout autour du plat, garnissez avec des rondelles très minces de citron. Servez bien frais.

ARTICHAUTS A L'HUILE

Nettoyez des petits artichauts, coupez le bout des feuilles. Coupez-les en deux ou en quatre et faites-les cuire pendant une dizaine de minutes à l'eau vinaigrée. Etalez-les sur un linge pour les faire sécher, salez, poivrez et recouvrez d'huile.

ARTICHAUTS AU HACHIS DE POULET

Pour 4 personnes: 4 blancs de poulet cuits, 4 gros artichauts, 1 citron, 600 g de petits pois, 10 brins de ciboulette, 10 brins d'estragon, 4 cuillerées à soupe de mayonnaise, 1 pincée de

Tabasco, 2 petits oignons blancs, 3 cuillerées à soupe de crème liquide, sel, poivre, 1/2 litre de bouillon de volaille.

Laver et faire cuire les artichauts à l'eau bouillante salée 30 minutes. Eliminer les feuilles et le foin pour ne garder que les fonds et les petites feuilles roses du centre. Récupérer la pulpe des feuilles à l'aide d'une petite cuillère. Eplucher et faire cuire les petits pois dans le bouillon, les égoutter en gardant 3 cuillerées à soupe de jus de cuisson. Hacher le poulet. Le mettre dans un saladier avec la pulpe d'artichauts récupérée. Ajouter le jus de citron et la mayonnaise, mélanger. Emincer les oignons. Hacher la ciboulette et l'estragon, les ajouter aux blancs de poulet ainsi que sel, poivre et Tabasco. Former 4 boules avec cette préparation, les déposer sur les fonds d'artichauts. Mixez Les petits pois avec le bouillon et la crème fraîche. Rectifier l'assaisonnement en sel et poivre. Napper le fond de 4 assiettes avec cette sauce. Disposer un fond d'artichaut au centre. Servir le reste à part en saucière.

ARTICHAUTS AU CRABE

Pour 6 personnes: 6 gros artichauts, 4 tourteaux de 400 g, 1 sachet de court-bouillon, 1 citron, 1 gousse d'ail, 1 c à soupe d'échalote hachée, 1 c à soupe de ciboulette, 1 c à soupe de persil, 1 pointe de Cayenne, 1 bol de mayonnaise. Garniture: 1/2 poivron rouge, 1/2 poivron vert, 1/2 poivron jaune, 1 bol de vinaigrette, 6 tomates, salade de saison mélangée.

Cuire 40 minutes les artichauts à l'eau bouillante salée. Egoutter, éplucher et ne garder que les fonds. Plonger pendant 15 minutes les tourteaux vivants dans une grande quantité d'eau frémissante agrémentée du court-bouillon. Egoutter, laisser refroidir et décortiquer. Ajouter à la chair des crabes le jus d'un citron, le piment, l'ail écrasé, et la ciboulette, le persil et l'échalote hachés. Préparer une mayonnaise classique avec un jaune d'oeuf, 1/4 de litre d'huile de tournesol, 1 cuillerée de moutarde, 1/2 jus de citron, sel, poivre. Mélanger délicatement à la chair des tourteaux. Remplir les fonds d'artichaut de cet appareil et décorer le dessus de losanges de poivrons de couleurs différentes. Servir les fonds d'artichauts à l'assiette, entourés d'un mélange de feuilles de salade et de quartiers de tomates, assaisonnés au dernier moment de vinaigrette.

ARTICHAUTS AUX CREVETTES

Pour 4: 4 fonds d'artichauts cuits et refroidis, 200 g de queues de crevettes décortiquées, une tasse à thé de mayonnaise, 4 coquilles, 4 feuilles de laitue.

Coupez les fonds d'artichauts en dés mélangez-les avec les crevettes décortiquées, assaisonnez avec la mayonnaise. Disposez dans les coquilles garnies de feuilles de laitue.

ARTICHAUTS AUX OEUFS MOLLETS

Nettoyez 4 gros artichauts et faites-les cuire 30 mn à l'eau salée. Egouttez et ôtez le foin. Laissez refroidir. Posez dans chaque artichaut 1 oeuf mollet (cuit 5 mn à l'eau bouillante,

passé dans l'eau froide et écalé). Recouvrez de mayonnaise et garnissez le plat de quartiers de tomates et de persil.

ARTICHAUTS FARCIS A LA CREME DE CERFEUIL

Préparation: 20 mn. Cuisson: 40 mn. Pour 4 personnes: 8 artichauts, 2 citrons jaunes, 1 bottillon de cerfeuil, 200 g de crème fraîche, 2 tranches de jambon blanc, noix muscade, sel, poivre.

Laver et équeuter les artichauts (couper la pointe des feuilles avec des ciseaux pour une meilleure présentation). Avec 1 citron 1/2, couper 8 rondelles, en placer une sous chaque artichaut, maintenir avec une ficelle et les cuire à l'eau bouillante salée pendant 40 minutes; les rafraîchir et bien les égoutter. Tailler le jambon en julienne. Crème de cerfeuil: ébouillanter le cerfeuil, l'égoutter et le mixer, ajouter 120 g de crème fraîche et le jus d'un demi-citron; saler et poivrer. Lorsque les artichauts sont cuits, en conserver 4 entiers dont on retirera les petites feuilles du centre ainsi que le foin. Effeuiller les 4 autres, avec l'aide d'une cuillère, gratter l'extrémité des feuilles et couper le coeur en morceaux; mixer le tout, saler et poivrer, ajouter le reste de crème fraîche. Dans un saladier, mélanger cette purée à la julienne de jambon. Garnir les 4 fonds d'artichauts réservés de cette préparation; décorer de pluches de cerfeuil. Servir la crème de cerfeuil à part en saucière. Avant de laver les artichauts, il est recommandé de casser leur queue d'un coup sec pour enlever les fibres qui se trouvent à la base du coeur. Si l'on veut présenter cette recette en plat unique, déposer un oeuf poché au centre.

ARTICHAUTS GLACES AU PAPRIKA

Pour 6 personnes: 6 beaux artichauts (gros artichauts bretons de préférence), 200 g de crevettes épluchées, 250 g de crème fraîche, 2 c à café rases de moutarde forte, un petit verre de calvados ou de cognac, paprika.

Faites cuire les artichauts, retirez soigneusement les fonds et laissez-les refroidir. Par ailleurs, passez rapidement les queues de crevettes dans le beurre à la poêle. Arrosez-les avec l'alcool. Flambez. Laissez refroidir et répartissez ces crevettes sur les fonds d'artichauts. D'autre part, battez vivement la crème au fouet. Ajoutez délicatement la moutarde. Saupoudrez de paprika. Goûtez pour rectifier l'assaisonnement, mais attention au sel à cause des crevettes. Recouvrez les fonds d'artichauts en dôme avec la crème, de préférence avec la poche à douille. Mettez au réfrigérateur. Servez très frais sur feuilles de laitue.

ARTICHAUTS SAUCE AU THON

Préparation et cuisson: 50 mn. Pour 4: 4 beaux artichauts. La sauce: 1 boîte de thon au naturel (150 g), 3 oeufs, 3 c à soupe de crème fraîche, 2 c à café de moutarde, 1 c à soupe de câpres, 1 citron, sel, poivre.

Les artichauts: Les cuire 40 mn environ (ou 15 mn à l'autocuiseur), faites durcir les oeufs 10 mn. La sauce. Passez les oeufs sous l'eau froide pour qu'ils s'écalent plus facilement. Ouvrez la boîte de thon. Egouttez-le puis épluchez-le. Mettez dans un mixer (ou à défaut dans la moulinette) les oeufs durs grossièrement hachés, les câpres, le thon émietté. Réduisez en purée bien homogène. Incorporez ensuite la moutarde et la crème fraîche. Goûtez. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre si nécessaire. Finition: Lorsque les artichauts sont cuits, laissez-les refroidir, puis retirez les feuilles du centre et le foin. Remplissez les cavités des artichauts avec la préparation au thon.

CONSOMME FROID AUX ARTICHAUTS

Pour 4 personnes: 4 beaux artichauts, 1 litre dc bouillon de volaille, 20 g de farine, 25 g de beurre, 3 verres de lait, sel, poivre, 1 citron.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée. Enlevez les feuilles. Nettoyez bien les fonds après avoir enlevé le foin. Badigeonnez chaque fond avec du jus de citron pour les empêcher de noircir. Coupez l'un des fonds en petits carrés et passez les autres au moulin légumes. Avec la farine, le beurre et le lait faites une béchamel. Faites chauffer le bouillon de poulet et l'ajouter petit à petit à la béchamel en remuant bien puis la purée d'artichauts. Battez au fouet, assaisonnez. Mettez le potage au réfrigérateur. Au moment de servir ajoutez quelques morceaux de fonds d'artichauts dans chaque assiette.

FONDS D'ARTICHAUTS A LA MOUSSE D'AVOCAT

4 fonds d'artichauts, 2 avocats, le jus de 1/2 citron, sel, poivre, quelques gouttes de Tabasco, 200 g de crème fraîche. Pour garnir: feuilles de laitue, rondelles de citron et touffes de persil à volonté. Pour servir: un bol de sauce vinaigrette, 1 tomate.

Egouttez, rincez et séchez les fonds d'artichauts. Pelez les avocats, retirez le noyau central, passez la chair au mixer en lui ajoutant le jus de citron pour qu'elle ne noircisse pas salez, poivrez et joignez le Tabasco. Fouettez la crème et incorporez-la avec précaution à la purée d'avocat. Garnissez les fonds d'artichauts avec cette préparation (vous pouvez la déposer à la poche à douille ou à la cuillère). Garnissez de feuilles de laitue, de rondelles de citron et de persil à volonté. Servez avec une sauce vinaigrette bien relevée à laquelle vous ajouterez la pulpe d'une tomate pelée et passée au mixer.

FONDS D'ARTICHAUTS A LA PROVENCALE

Pour 6 personnes: 6 gros artichauts, 1 oeuf, 1 tomate, quelques olives. Assaisonnement: 3 c soupe d'huile d'olive, 1 c à soupe de vinaigre, sel, poivre, quelques feuilles de basilic, quelques brins de persil.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée (40 mn environ) ou 10 mn en autocuiseur. Faites durcir l'oeuf dur. Lavez la tomate et coupez-ia en rondelles. Quand les artichauts sont

cuits, prélevez les fonds, garnissez-les de rondelles de tomate et d'oeuf ainsi que de quelques olives. Préparez l'assaisonnement avec les ingrédients indiqués. Versez la vinaigrette aux herbes sur les artichauts.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX ASPERGES

Pour 4 personnes: 4 gros artichauts, 1 c à café de sel, poivre, 1 citron, 1 kg d'asperges, 1 oeuf, huile, fines herbes.

Faites cuire les artichauts à l'eau bouillante salée 45 minutes environ: égouttez-les, rafraîchissez-les sous un jet d'eau froide. Levez-en les feuilles, retirez le foin, parez les fonds ainsi obtenus. Faites cuire les asperges à l'eau bouillante salée après les avoir épluchées et parées, 20 minutes environ. Préparez une mayonnaise avec l'oeuf, l'huile, sel, poivre et jus de citron; agrémentez-la de fines herbes hachées. Dressez les asperges tronçonnées sur les fonds d'artichauts et décorez de cordons de mayonnaise.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX CREVETTES

Faites cuire 4 beaux artichauts 40 mn à L'eau bouillante salée. Egouttez-les, laissez refroidir. Retirez les feuilles et le foin, parez les fonds. Mélangez 200 g de crevettes, cuites et décortiquées avec 2 c à soupe de mayonnaise au citron. Remplissez les fonds de cette préparation; saupoudrez de persil haché et servez sur un lit de feuilles de laitue.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX OEUFS DURS

Pour 4 personnes: Faites cuire 4 gros artichauts ou 8 petits, enlevez-en les feuilles et le foin, et frottez les fonds avec un peu de jus de citron. Avec une fourchette, grattez la pulpe adhérant aux feuilles et incorporez-la à 4 oeufs durs hachés, mélangés avec 3 ou 4 cuillerées soupe de mayonnaise bien relevée, additionnée de câpres. Farcissez les fonds disposés sur des feuilles de laitue.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX PISSENLITS

Pour 4 personnes: 4 gros artichauts, 1 saladier de pissenlits fraîchement cueillis, 150 de lard fumé, 3 c à soupe d'huile, 2 c à soupe de vinaigre, un petit morceau de tige de rhubarbe.

Faites cuire Les artichauts à l'eau bouillante salée pendant 40 mn (15 mn en auto-cuiseur). Egouttez-les et prélevez les fonds. Nettoyez les feuilles de pissenlits disposez-les dans un saladier. Coupez le lard en lardons, faites-les revenir à l'huile salez, poivrez, mouillez de vinaigre. Versez cette sauce chaude sur les pissenlits, mélangez. Posez sur cette salade les fonds d'artichauts garnis de lardons. Parsemez de petits morceaux de tiges de rhubarbe.

FONDS D'ARTICHAUTS AUX POIVRONS

Pour 4 personnes. Préparation: 25 mn. Cuisson: 25 mn. 4 beaux fonds d'artichauts, 1 petite boîte de poivrons rouges, 1 tasse 1/2 de sauce rémoulade.

Mettez les fonds d'artichauts bien égouttés sur un plat garni de salade. Hachez les poivrons en en réservant pour la décoration du plat. Mélangez les poivrons hachés à la rémoulade. Remplissez Les fonds d'artichauts avec cette sauce. Coupez en fines lamelles les poivrons réservés et entrecroisez-les sur le bord du plat. Sauce rémoulade: vinaigre ou jus de citron, 2 cuillerées à soupe de lait Gloria, sel, poivre, câpres, cornichons, 1 verre d'huile, fines herbes, 1 cuillerée à café de moutarde.

Ajoutez à une mayonnaise Gloria bien moutardée des câpres, des cornichons et des fines herbes bien hachées.

FONDS D'ARTICHAUTS CECILIA

Pour 6 personnes: 12 fonds d'artichauts, un kg do langoustines, un bol de mayonnaise, une c à soupe de Ketchup, sel, poivre, 200 g de champignons de couche, jus de citron. Cuisson: 20 mn.

Parez à cru les fonds d'artichauts, retirez le foin. Passez-les au jus de citron, Faites-les cuire à l'eau bouillante salée. Faites cuire les langoustines dans un court bouillon bien aromatisé. Nettoyez les champignons, citronnez-les, émincez les. Faites-les cuire 3 mn à l'eau bouillante, salée, égouttez-les, laissez-les refroidir. Lorsque les langoustines sont cuites, retirez les queues, coupez-les en dés. Mélangez-les

aux champignons, ajoutez le Ketchup à la mayonnaise. Versez sur les queues de langoustines bien froides et les champignons. Mélangez. Egouttez les fonds d'artichauts, laissez-les bien refroidir, disposez-les sur un plat de service, garnissez chaque fond d'artichaut de quelques cuillerées du mélange, langoustines, champignons, mayonnaise. Servez très frais.

FONDS D'ARTICHAUTS FARCIS

4 artichauts, 4 oeufs, 50 g de crème fraîche, une cuillerée à soupe de fines herbes, une échalote hachée, du sel, du poivre, de la muscade.

Faites cuire les artichauts dans de l'eau bouillante salée, pendant environ une demi-heure. Faites également cuire les oeufs à l'état dur. Effeuillez les artichauts, retirez-en le foin et conservez-en les feuilles que vous pourrez servir à un autre repas avec une vinaigrette. Epluchez les oeufs et hachez-les grossièrement. Ajoutez-y les épices, la crème, les fines herbes et l'échalote hachée. Remplissez les fonds d'artichauts avec cette préparation et servez bien frais.

FONDS D'ARTICHAUTS FARCIS AUX PETITS POIS

Pour 4 personnes: 8 fonds d'artichauts, 500 g de petits pois très fins, sel, poivre, huile, vinaigre, fines herbes.

Couper la queue des artichauts à ras du fond, laver à grande eau et faire cuire dans une grande quantité d'eau bouillante salée. Le temps de cuisson dépend de la grosseur des artichauts. Egoutter les artichauts et les faire refroidir sur une grille. Pendant la cuisson des artichauts faire cuire les petits pois dans très peu d'eau bouillante salée. Ne pas couvrir. A volonté ajouter un morceau de sucre. Egoutter les petits pois et les laisser refroidir. Au centre du plat de service. mettre 4 fonds d'artichauts les couvrir avec les petits pois en dôme. Emincer finement les quatre fonds restant et les disposer en couronne autour du plat. Arroser abondamment de vinaigrette et parsemer de fines herbes hachées.

FONDS D'ARTICHAUTS VERT PRE

Préparation: 20mn. Pour 6 personnes: 12 petits fonds d'artichauts, une salade laitue, une cuillerée à soupe de cerfeuil haché, une cuillerée à dessert d'estragon haché, une cuillerée à café de ciboulette hachée, 2 cuillerées à soupe de moutarde à l'estragon, 1 dl de crème, 12 olives, 2 tomates.

Fouettez la crème. Travaillez la moutarde avec le cerfeuil, la ciboulette et l'estragon hachés. Mélangez cette préparation à la crème. Salez et poivrez. Ciselez la salade et coupez les tomates en tranches. Remplissez les fonds d'artichauts avec votre préparation et dressez-les en raviers sur la salade. Garnissez avec les olives et les tranches de tomate. Servez bien frais.

MOUSSE D'ARTICHAUTS

Pour 4 personnes: 6 fonds d'artichauts cuits à l'eau salée, 2 dl de crème fraîche, sel, poivre, persil.

Egouttez les fonds d'artichauts et passez-les au mixer. Battez la crème fraîche et incorporez-la à la purée d'artichauts. Salez et poivrez. Dressez l'appareil dans des coupes entourées de glace pilée. Garnissez de persil haché et mettez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Préparation: 20 min. + refroidissement.

SALADE AUX ARTICHAUTS ET AU CELERI

Mélanger 500 g de fonds d'artichauts coupés en dés avec une boîte de thon à l'huile émietté. Ajoutez 100 g de champignons crus coupés en lamelles. Dresser le mélange sur un lit de feuilles de salade verte et garnir d'une poignées d'olives vertes. Présenter avec une salade de céleri-rave râpé et de dés d'emmenthal. Garnir avec des lamelles de poivron et des quartiers d'oeufs durs. Servir avec une mayonnaise citronnée.

SALADE AUX FONDS D'ARTICHAUTS

Coupez en quartiers 4 beaux fonds d'artichauts cuits (frais ou en conserve), 3 tomates et 2 oeufs durs. Mélangez ces éléments à 4 pommes de terre cuites et coupées en rondelles. Ajoutez 1 poivron rouge en lanières. Assaisonnez de sauce vinaigrette.

SALADE D'ARTICHAUTS

Coupez en petits morceaux 4 fonds d'artichauts (boîte). Nettoyez et effeuillez 300 g (en tout) de salade de Trévise et de mâche. Mettez le tout dans un saladier, ajoutez quelques pointes d'asperges (en boîte). Arrosez de jus de citron additionné de sel, poivre et d'un peu d'huile d'olive. Mélangez soigneusement avant de servir.

SALADE D'ARTICHAUTS AUX OEUFS DURS

4 oeufs, 4 fonds d'artichauts cuits et citronnés, 2 tomates. Sauce: 200 g de fromage blanc maigre, 2 jaunes d'oeufs durs, 1 c à soupe de moutarde, sel, poivre, une tasse de feuilles de cresson.

Faites durcir les oeufs écalez-les et coupez-les en quartiers. Emincez les fonds d'artichauts en fines lamelles et citronnez- les. Pelez et épépinez les tomates, coupez-les en quartiers. Disposez tous ces éléments harmonieusement dans un saladier. Préparez la sauce mélangez le fromage avec les jaunes d'oeufs pilés avec la moutarde et l'assaisonnement. Joignez les feuilles de cresson passées au mixer. Nappez la salade avec cette sauce.

SALADE DE FONDS D'ARTICHAUTS

Pour 4 personnes: 4 fonds d'artichauts cuits, 200 g de crevettes bouquet décortiquées, 200 g de haricots verts fins, 1/2 chou-fleur. Sauce: 6 c à soupe d'huile d'olive, 3 c à soupe de vinaigre de cidre, sel, poivre, persil haché.

Faites cuire les haricots verts à l'eau bouillante salée en les gardant croquants (10 mn environ). Faites cuire les bouquets de chou-fleur à l'eau frémissante salée pendant le même temps. Egouttez ces légumes. Emincez les fonds d'artichauts, répartissez-les harmonieusement sur des assiettes individuelles avec les crevettes, les haricots et les bouquets de chou-fleur. Préparez la sauce avec les ingrédients indiqués et arrosez tous les éléments de la salade. Vous pouvez aussi utiliser des langoustines, des écrevisses ou des petites crevettes grises.

SALADE DE FONDS D'ARTICHAUTS

Pour 4 personnes. Préparation: 15 minutes. Cuisson; 30 minutes. 6 artichauts, 3 pommes de terre, 3 oeufs durs, 200 g d'olives noires, quelques achards au vinaigre. Assaisonnement: vinaigrette à la ciboulette hachée.

Cuisez les artichauts à l'eau bouillante salée. Faites de même avec les pommes de terre. Dégagez les fonds des artichauts, coupez-les en quartiers. Epluchez les pommes de terre. Coupez-les en cubes. Ecalez les oeufs durs, tranchez-les en rondelles. Dans un saladier, mettez pommes de terre fonds d'artichauts, oeufs durs, olives noires et achards. Préparez une vinaigrette à la ciboulette hachée et versez sur la salade.